

<<尼克不再害怕>>

图书基本信息

书名：<<尼克不再害怕>>

13位ISBN编号：9787501229154

10位ISBN编号：7501229155

出版时间：2006-8

出版时间：第1版 (2006年8月1日)

作者：阿希姆·布吕格

页数：31

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<尼克不再害怕>>

### 内容概要

黑乎乎的大狗，龇牙咧嘴，天生怕狗的尼娜吓得拔腿就跑……客厅里，爸爸妈妈在吵架。惊慌的尼克，缩在房间，忐忑不安，不知所措……深更半夜，窗边传来古怪的笃笃声。到底是谁在敲窗户？难道是个盗贼？尼克感到无比恐慌……尼娜和尼克是一对姐弟。这些都是他们亲身经历的故事。

孩子的恐惧，父母的担心。

孩子究竟害怕什么？如何才能帮助孩子摆脱恐惧？全书通过这对姐弟亲身经历的七个故事，生动而具体地描述了孩子的恐惧心理。

<<尼克不再害怕>>

书籍目录

致亲爱的读者  
尼娜和大狗游泳池里的恐慌  
尼娜的秘密  
谁在敲窗户  
妈妈哪里去了  
幼儿园的新朋友  
爸爸妈妈又吵架了

## <<尼克不再害怕>>

### 章节摘录

谁在敲窗户 尼克躺在自己的架子床上。他依稀听到客厅里传来微弱的看电视的声音。爸爸、妈妈和尼克娜在看一部电影。他的另一个姐姐也已经躺到床上准备睡觉了。尼克抱紧自己的玩具熊。不一会儿工夫，他就贴着玩具熊抱枕睡着了。

尼克突然醒来，心里感到一阵惊慌。因为他听到房间里有不寻常的动静。那是一种他从来没有听到过的声音。好像有人在敲他房间的窗户。尼克仔细倾听。哦，又听到了！他满怀恐惧地看着房间的窗户。到处一片漆黑。敲窗户的肯定是一个想入室抢劫的盗贼。尼克躺在床上不动。真是太恐怖了。那声音又出现了。可恶的笃笃声！

尼克心里的恐惧越来越强烈。他吓得张大了嘴巴。在黑暗中，他直勾勾地盯着房间的窗户，几乎都说不出话来。他又听到了笃笃的敲击声。是谁在敲窗户呢？

## &lt;&lt;尼克不再害怕&gt;&gt;

## 媒体关注与评论

前言 不管是因为工作需要，还是因为家庭因素，只要跟孩子有接触的人都知道，恐惧心理是困扰孩子的普遍问题。

孩子的恐惧是多种多样的。

有时候，他们的恐惧的确让我们成年人有些捉摸不透。

尽管我们有时候觉得孩子的恐惧非常奇怪，甚至还有些莫名其妙，但从孩子的角度来看，他们的那些恐惧又都是理所当然、合情合理的。

其实，哪怕是婴儿，也有害怕的时候。

比如，当婴儿突然听到剧烈声响的时候，他们也会产生恐惧心理。

产生恐惧心理的因素很多。

孩子之所以会害怕，通常是因为知识和经验不足，了解的信息还不够。

他们还处于成长阶段，需要不断积累经验。

该书中的《谁在敲窗户》这个故事，就是一个很好的例子。

黑暗中，尼克躺在床上，听到窗边传来笃笃的敲击声。

因为缺乏相关的知识，他十分恐惧。

在父母给他讲清楚之后，他明白了真相，便不再害怕。

当然，也有一些孩子的恐惧心理是在成长过程中因遇到类似的情形而慢慢形成的。

有时候，一些成年人本身的恐惧心理也会影响孩子，孩子负面模仿，因此也产生恐惧心理。

其实，不管什么原因让孩子产生恐惧心理，我们都不能轻视这个问题，而是要严肃认真地对待它。

假如我们不把孩子的恐惧心理当回事，甚至还取笑他们，那就不但没有解决问题，反倒加剧了孩子的恐惧心理，更破坏了孩子对大人的信任关系。

无论如何，我们都不能让孩子有这样的想法：“我肯定不正常，因为我害怕。”

我们应该满怀爱心和理解地对待孩子害怕的问题。

只有这样，才能帮助孩子减轻恐惧心理，增强孩子的自信，增加他们面对恐惧的勇气。

如何帮助孩子摆脱恐惧心理 借此，谨向各位读者推荐几种具体方法，期望对解决孩子的恐惧心理能有所帮助。

首先，要做个有心人，诚实、坦率地面对孩子。

要经常关怀孩子，让他知道：“我就在你身边。”

要让孩子明白，害怕不是他个人的问题，每个人都会害怕。

这样做可以赢取孩子的信任，而信任是帮助孩子解决恐惧问题的重要前提之一。

当孩子存在恐惧心理的时候，告诉孩子足够的信息，让他了解实际情况。

不要进行空洞的说教。

诸如“你不用害怕”之类的说法并不能帮助孩子消除恐惧心理。

更重要的是，要让孩子明白，为什么在这种情形下，他不必感到害怕。

真正能消除恐惧心理的是知识。

与孩子沟通。

交谈经常会创造奇迹。

与孩子讨论下次如果碰到让人害怕的事应该怎么做。

或许，在交谈中便能找到驱除孩子恐惧心理的办法。

能说出自己的感觉，知道自己在怕什么，就已经在克服恐惧心理方面迈出了重要的一步。

通过角色扮演的方式，让年龄较小的孩子说出自己的恐惧。

这对年龄较小的孩子来说，也比较容易。

和孩子一起讲故事，编造故事情节。

利用孩子手中的木偶玩具，把他的恐惧转移到另外一个人物或角色身上。

创造和谐的氛围。

## <<尼克不再害怕>>

拥抱孩子，与他一起坐在沙发上，靠在沙发的靠枕上，听一些让人放松的轻音乐。

尤其是和孩子讨论诸如恐惧之类的不愉快的话题时，更应该这么做。

询问孩子，当他害怕的时候，他有什么期望。

根据孩子的回答，当他再一次害怕的时候，采取相应的做法。

本书通过一系列的儿童故事，为各位读者提供了很多可以与孩子讨论恐惧心理的话题。

人为什么会害怕？

如何才能大胆起来，不再害怕呢？

孩子到底怕什么？

像故事中的尼娜一样害怕狗吗？

在商店里走失，找不到妈妈的时候，尼娜害怕了吗？

她是怎么做的？

各位读者，请您与孩子一起阅读，一起探讨这些问题。

祝您和孩子一起阅读快乐！

<<尼克不再害怕>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>